

Inhalt

Mit dem Fahrrad auf Reisen: Baltikum	7
Anleitung zur Benutzung	9
Land und Leute	11
Fläche und Topografie	12
Klima und Reisezeit	14
Bevölkerung	15
Zeugen der Geschichte	17
Sprache und Literatur	21
Staat, Verwaltung, Wirtschaft	25
Das Reisen	29
Informationen	30
Anreise	34
Einreise	37
<i>Verkehrsverbindungen im Baltikum</i>	38
Auf den Straßen	39
Karten	42
Reiseführer und Literatur	46
Ein Dach überm Kopf	47
Das Baltikum selbst entdecken	50
Kulinarisches	51
Geld	53
Post	56
Telefon	57
Weltweites Datennetz	59
Die Zeiten	60
Normen	62
Service	63
Das Fahrrad	66
Fahrradteile-Vokabular	69

Unterwegs	71
Etappenübersicht	73
Etappenbeschreibungen	76
Register	316

Eine Etappen-Übersichtskarte befindet sich am Schluss des Buches (ausklappbar).